

フロスで歯を予防しませんか!?

やってみようかな



A 歯垢が多い場所!! 発表します!

ゴク...

歯と歯の間

奥歯の奥

奥歯のかみ合わせの面

歯と歯ぐきのすき間「歯周ポケット」

2

突然ですが!!

歯ブラシが届きにくく、歯垢が残りやすいところはどこでしょう?!

毎食後きちんとみがいているんだけど...

ざわ... ざわ...

この白いものが歯垢→

歯垢を拡大すると↓

※歯垢(別名:プラーク)細菌が繁殖したかたまりです。

1

歯と歯の間は

デンタルフロス

を使って歯垢をしっかりと取り除きましょう!

ドゥー

4

歯垢が多い

むし歯や歯周病になりやすい!

では、「歯ブラシが届きにくいのにどうやって、きれいに掃除する?」というところですが...

歯垢が多いというところは、むし歯や歯周病になりやすい!

3

動画をみて使ってみよう!

Y字型デンタルフロスの使い方
<https://www.youtube.com/watch?v=mkvZM6W6iQk>

F字型デンタルフロスの使い方
<https://www.youtube.com/watch?v=nog6l-Tn9eI>

糸巻型デンタルフロスの使い方は、かかりつけの歯医者さんに聞いてみてね!

色々な種類のデンタルフロスがあります。自分が使いやすい物を使うといいですね

F字型

Y字型

糸巻型

5